



Corinne Häusler · Beraterin & Energetikerin

Vom ständigen Wahrnehmen zurück in die eigene Freiheit

Die Antennen immer ausgefahren, die Aufmerksamkeit bei anderen, innerlich selten wirklich frei: Corinne Häusler kennt das Gefühl, viel wahrzunehmen und dabei die eigene Freude aus den Augen zu verlieren. Auch Abhängigkeiten von anderen Menschen gehörten zu ihrem Weg. Aus ihren persönlichen Erfahrungen und ihrer langjährigen Arbeit als Beraterin und Energetikerin entstand THE HOLY SHIFT - ein Weg vom unbewussten Funktionieren ins bewusste Sein und Handeln.

Wer viel wahrnimmt, findet nicht automatisch leicht zu sich selbst. Für Corinne Häusler war ihre ausgeprägte Sensibilität lange mit Angst, innerer Anspannung und dem Gefühl verbunden, ständig aufpassen zu müssen.

«Mein Leben war ein Kreislauf aus Wahrnehmen, Angst, innerer Anspannung und ständigem Aufpassen», beschreibt sie diese Zeit. «Ich war wie ein Radar.»

Egal, wo sie war: Ihre Antennen waren ausgefahren. Sie beobachtete, spürte und versuchte, alles einzuordnen. Das Wahrnehmen nahm viel Raum ein. Freude, Leichtigkeit und das Gefühl, einfach sein zu dürfen, rückten dabei in den Hintergrund.

«Hatte ich etwas falsch gemacht? War jemand enttäuscht? Musste ich etwas tun, damit wieder alles gut war?»

*«Du funktionierst.
Aber wo bleibt deine Freude?»*

Auch die Abhängigkeit von anderen Menschen war ein Thema. Ihr Weg führte sie deshalb immer wieder zu einer grundlegenden Frage: Wie finde ich zu meiner eigenen Orientierung, wenn so vieles von aussen auf mich einwirkt?

Wenn die Wahrnehmung das Leben bestimmt

Corinne Häusler beschreibt eine Zeit, in der sie sich oft verantwortlich fühlte und ihre Aufmerksamkeit in viele Richtungen ging. Was geschieht um mich herum? Was spüre ich? Wie gehe ich damit um?

Auf Dauer kostete dieses ständige Beobachten und Einordnen Kraft. Die eigene Wahrnehmung war da - doch der Umgang mit ihr brachte wenig Ruhe.

Heute steht genau diese Unterscheidung im Zentrum ihrer Arbeit: Etwas wahrzunehmen und zu entscheiden, wie man darauf antwortet, sind zwei verschiedene Schritte. Zwischen ihnen kann ein Raum entstehen. Ein Raum, in dem die eigenen Bedürfnisse, Grenzen und Möglichkeiten wieder erkennbar werden.

«Mir konnte zu dieser Zeit niemand helfen. Ich musste selber einen Weg für mich finden.»

Sich innerlich aufrichten

Ein wichtiger Teil ihres persönlichen Weges war das innere Aufrichten. Corinne Häusler begann, sich dem entgegenzustellen, was ihr Angst machte. Sie beschreibt diesen Moment mit den Worten: «Ich habe dich entdeckt. Ich habe keine Angst vor dir.»

Darin liegt für sie eine veränderte Haltung: erkennen, was gerade geschieht, und die eigene Position dazu finden.

Diese Entwicklung bildet heute einen Kern von THE HOLY SHIFT. Wahrnehmen bleibt wichtig. Hinzu kommt die bewusste Entscheidung, welcher Wahrnehmung man folgt, worauf man seine Aufmerksamkeit richtet und wie man handeln möchte.

Auch beim Thema Abhängigkeit führt dieser Weg zur eigenen Orientierung: die eigene Stimme wieder hören, Grenzen wahrnehmen und Entscheidungen zunehmend selbst tragen.

«Ich musste lernen, unabhängig zu sein von der Stimmung und Energie anderer Menschen.»

Aus dem eigenen Weg entstand THE HOLY SHIFT

«THE HOLY SHIFT ist nicht einfach nur eine Methode. Es beschreibt den Weg, den ich selbst gegangen bin. Ich kenne die Schritte zurück in die Freude, Leichtigkeit und Freiheit», sagt Corinne Häusler.

Seit über 25 Jahren arbeitet Corinne Häusler mit Menschen und führt eine eigene Energetik Schule. In ihrem Ansatz verbindet sie eigenes Erleben mit ihrer langjährigen Erfahrung in der Begleitung von Menschen. Als diplomierte psychologische Beraterin IKP und diplomierter systemischer Coach ECA bringt sie zudem fachliche Perspektiven in ihre Begleitung ein.

Im Mittelpunkt steht Bewusstseinsentwicklung mit einem konkreten Bezug zum Alltag: Was prägt meine Reaktionen? Wann handle ich aus Angst oder Gewohnheit? Was brauche ich, um eine Entscheidung zu treffen, die zu mir passt?

THE HOLY SHIFT gibt diesem Prozess eine Struktur. Zur Ruhe kommen, sich öffnen, Gefühle wahrnehmen, Fremdenergien wahrnehmen, Zusammenhänge erkennen, bewusst wählen und die neue Ausrichtung im Leben umsetzen - diese Bewegungen sollen Menschen dabei unterstützen, wieder mehr Gestaltungsspielraum zu erleben.

Vom Funktionieren ins bewusste Handeln

«Du funktionierst. Aber wo bleibt deine Freude?» Mit dieser Frage spricht Corinne Häusler Menschen an, die ihren Alltag bewältigen und dennoch spüren, dass ihnen Lebendigkeit fehlt.

«Du hast immer eine Wahl, für welche Ebene du dich entscheidest», betont Corinne Häusler.

Vielleicht richtet sich ihre Aufmerksamkeit ständig nach aussen. Vielleicht bestimmen vertraute Muster ihre Entscheidungen. Vielleicht merken sie, wie viel Kraft es kostet, sich immer wieder anzupassen.

Hier setzt THE HOLY SHIFT an. Bewusstsein soll dabei über eine Erkenntnis hinausgehen und in Entscheidungen und Handlungen sichtbar werden: eine Grenze aussprechen, die eigene Wahrnehmung ernst nehmen, innehalten, bevor man automatisch reagiert.

Freude, Leichtigkeit und Freiheit sind für Corinne Häusler die Richtung, in die dieser Weg führt. Die Grundlage dafür ist ein bewusster Umgang mit sich selbst.

Weitergeben, was selbst geholfen hat

Ihre persönliche Geschichte gehört zu ihrer Arbeit. Sie kennt das ständige Wahrnehmen und Aufpassen aus eigenem Erleben. Ebenso kennt sie den Wunsch, sich daraus zu lösen und wieder freier zu werden – indem sie Verantwortung für ihre Reaktionen übernimmt und diese bewusst gestaltet.

Mit THE HOLY SHIFT gibt sie weiter, was ihr auf diesem Weg geholfen hat. Ihr Anliegen ist, Menschen darin zu stärken, ihre eigene Orientierung zu entwickeln und ihr Leben bewusster zu gestalten.

Auch in ihrem Buch «Die Heilreise der magischen Powerfrau» erzählt Corinne Häusler von ihrer persönlichen Heilreise. Darin beschreibt sie ihren eigenen Weg und die Erfahrungen, die sie dabei geprägt haben.

«Ich kenne die Schritte zurück in die Freude, Leichtigkeit und Freiheit», sagt sie über den Weg, den sie selbst gegangen ist.



Einblick in eine Ausbildung mit Corinne Häusler

Du funktionierst, nimmst viel wahr und sehnst dich nach mehr Freude, Leichtigkeit und innerer Freiheit?

Besuche die Webseite von Corinne Häusler und vereinbare einen kostenlosen Beratungstermin.

www.corinnehaeusler.ch